

ステロイド内服時の諸注意

- 膠原病・リウマチ性疾患では、治療薬として副腎皮質ステロイド(通称：ステロイド)をしばしば使用します。
- 強い抗炎症作用と免疫抑制作用により疾患の活動性を抑えます。
- しかし、副作用があるため以下の点をよく理解して、賢く服用してください。

◆ 感染症

- 免疫を抑制するので感染症に注意が必要です。
- 手洗い、マスク着用、人ごみを避ける、ワクチン接種などの対応をお願いします。
- ニューモシスチス肺炎(PCP)を予防するために、抗菌薬を使用することがあります。
- 基本的にステロイドの減量と共にリスクは低下します。

◆ 中心性肥満と皮膚

- 特に顔周囲に脂肪がつくため、顔が丸くなり太ります。
- カロリー制限を守れば体重は増えませんが、「普通」に食べると増えてしまいます。
- ざ瘡(にきび)ができることがあります。
- 長期服用で容易に皮下出血を認めることがあります。
- 基本的にステロイドの減量と共に改善します。

◆ 骨粗鬆症

- 骨強度が低下します。定期的に骨密度を測定し、予防薬を使用します。

◆ 骨頭壊死

- まれに大腿骨などの骨が壊死することがあります。
- 手術や荷重制限が必要なことがあるので、股関節や膝関節など関節の痛みがあればご相談ください。

◆ 気分障害と不眠

- 気分が高揚したり、落ち込んだり、怒りやすくなります。
- 不眠になる方もいるため、睡眠薬などを使用します。
- 基本的にステロイドの減量と共に改善します。

◆ 消化性潰瘍

- 胃潰瘍や十二指腸潰瘍を認めることがあります。胃薬を使用して予防します。

◆ 緑内障と白内障

- 眼科の受診をお願いします。

◆ 体重増加

- 食欲亢進や浮腫のため体重が増加します。
- 間食などは控えて、摂取カロリーを調整下さい。
- 基本的にステロイドの減量と共に改善します。

◆ 副腎不全

- ステロイドを急に中止することは危険です。自己判断での休薬は控えてください。
- 詳しくは患者さんへのワンポイントアドバイス内の、11.ステロイドと副腎不全を参照ください。

◆ 糖尿病, 高血圧, 脂質異常症

- HbA1c, 血糖値, 中性脂肪, LDLコレステロールなどを測定します。
- 自宅血圧の測定をお願いします。
- 必要時はインスリンや内服薬で治療します。
- 基本的にステロイドの減量と共に改善します。

※ステロイドの副作用は投与量, 投与期間, 個人差が関係しており, 全てが出現するわけではありません。

※副作用は基本的に減量と共に改善することが多いですが, 個人差があります。